

## توصیه‌هایی برای دوران عقد زوج‌های جوان<sup>۳،۲،۱</sup>

۱. آنچه که در دوران عقد باید صورت پذیرد؛ ایجاد یک باور دو طرفه نسبت به یکدیگر است. این باور ارتباط نزدیکی با اعتماد متقابل، شناخت دقیق از یکدیگر و شکل‌گیری وابستگی عاطفی دارد. همه این اتفاقات باید در دوران عقد رخ دهد که مهمترین شناخت بیشتر از یکدیگر و شکل‌گیری ذهنیت‌ها نسبت به هم است.

۲. دوری و دوستی و مسئولیت کم طرفین مهمترین ویژگی‌های دوران عقد است که می‌تواند به این شناخت و رابطه کمک کند. قاعده مدیریت می‌گوید وقتی از هم شناخت نداریم و قواعد دقیقی هم برای تعامل نیست، نمی‌توان وارد یک تعامل و همکاری جدی شد. از نظر مدیریتی تعامل مستمر و نزدیک (مثل زندگی زیر یک سقف، همکاری در کار و...) زمانی موفق است که طرفین مبتنی بر یک شناخت خوب با یکدیگر تعامل کنند. اگر شما با کسی که تازه آشنا شده‌اید بخواهید همسفر شوید، درباره خیلی از موضوعات احتمالاً با چالش مواجه می‌شوید. چه غذایی بخورید، کجا توقف کنید، از چه مسیری بروید و... زندگی در زیر یک سقف نیازمند پاسخگویی به انتظارات متقابل، تعامل مستمر، واکنش به اتفاقات مختلف و تصمیم‌گیری‌های متعدد است. شناخت حداقلی لازمه موفقیت چنین تعاملی است که باید در دوران عقد حاصل شود.

۳. شما در دوران عقد مدت‌هایی را پیش هم هستید و مدت‌های بیشتری را پیش یکدیگر نیستید. دوری در این دوران به دوستی کمک می‌کند. چون شما یک شخصیت رفتاری و اعتقادی دارید که با آن خو گرفتید. قطعاً در آن شخصیت نقاط ضعفی هم هست که طرف مقابل شما یا اطلاع ندارد و

---

۱. مخاطبان این نوشته شرایط مختلفی دارند. ممکن است با خانمشان در یک شهر باشند و یا همسرشان در شهر دیگر باشد. ممکن است ازدواج فامیلی کرده باشند و یا ازدواج تشکیلاتی و یا شخصیت‌های مختلفی داشته باشند و... همچنین متن پیش‌فرض‌هایی دارد نظیر مذهبی بودن خوانندگان و... علاوه بر این متن حاصل تجربیات زندگی چند زوج جوان دیگر است که شاید اختلاف سنشان با خوانندگان به ده سال نرسد. لذا ممکن است همه این نکات برای همه زندگی‌ها درست نباشد.

۲. بنای نویسنده بر اختصار و طرح نکات اساسی برای اصل زندگی بوده است. نکات خیلی خوبی از سوی دوستان دیگر دریافت شد، لیکن نوع و جنسش با این مطالب متفاوت بود. مثلاً نکات خوبی درباره زندگی آرمان‌خواهانه و... انشالله خودشان مدون کنند به نحوی به دوستان برسانند. لیکن موجب خوشحالی است که دوستان دیگر هم مهمترین نکات مد نظر را به این لیست اضافه نمایند و این متن به طور مستمر تکمیل شود.

۳. این موضوع ظرفیت تشکیل یک گروه اینترنتی برای تبادل نظر و انتقال تجربیات دارد. منتها ملاحظات زیادی هم در آن نهفته است. اگر کسی پیش قدم شود کار خوبی است. بویژه برای دوستان حزب‌اللهی آرمان‌خواه. منتها مجدد باید تاکید کنم که ملاحظات متعددی در آن نهفته است والا به نتیجه نمی‌رسد.

یا با آن کنار نیامده است. در مدت‌های کوتاه پیش هم می‌توانید آن ضعف‌ها را کنترل کنید، بپوشانید و... و در زمان دوری به طرف مقابل فرصت می‌دهید که فکر کند، با آن‌ها کنار بیاید و... تا بالاخره یک شناخت خوب حاصل شود. در زندگی مشترک ممکن است شرایط به شما فرصت ندهد که این اختلافات را درست حل و فصل کنید. شما درباره مسائل زیادی باید تصمیم بگیرید و عمل کنید، طرف مقابل از شما توقعاتی دارد و مهمتر این‌که انتظار دارد آن توقعات در اولین فرصت پاسخ پیدا کند. وقتی از هم شناخت نداشته باشید این تصمیم‌گیری‌ها دشوار می‌شود و ممکن است یکدیگر را تحمل نکنید. دوران عقد مسئولیت شما خیلی کم است و مجبور نیستید درباره همه چیز تصمیم بگیرید و به همه چیز واکنش نشان دهید و یا هر توقعی را در همان زمان پاسخ دهید.

۴. زن، زن است و اکثر وجودش عاطفه؛ حزب الهی و غیر حزب الهی و تشکیلاتی و غیر تشکیلاتی ندارد. لذا در دوران عقد حداکثر محبت، توجه و وقت گذاشتن لازم است تا شکل‌گیری باور متقابل و شناخت دقیق‌تر محقق شود. اولاً در این امر پیش‌قدم باشید و ثانیاً خیلی تلاش نداشته باشید روابطتان در این دوره منطقی و عقلانی باشد. ثالثاً باید مراقب باشید که همسرتان احساس نکند چیزهای دیگر مثل کار، دوستان و... بر ایشان اولویت دارد. هم خوب وقت بگذارید و هم وقت را با کیفیت بگذارید. او باید احساس کند برای شما مهم است و در نگاه شما او یک کار در کنار بقیه کارهایش نیست. این از خصوصیات خاص خانم‌هاست که با ما مردها تفاوت می‌کند. بزرگی به ما گفت که هیچ چیز به اندازه ابراز محبت به همسر مهم نیست. اگر روزی اظهار محبت نکردید آن روز برای آینده زندگی‌تان نگران باشید. در ابراز محبت، حضور فیزیکی هم مهم است. اگر در دو شهر مختلف هستید، حتما سعی کنید برنامه معقول برای پیش هم بودن هم داشته باشید. اگر هفتگی نمی‌شود، یک هفته در میان و..<sup>۴</sup>

۵. اخلاق و گذشت دو عنصر پایداری یک زندگی است. بویژه در دوران عقد در محدوده سلايق با خواسته‌های هم تا حد ممکن مدارا کنید، حتی اگر قبول ندارید. آنچه که قبول ندارید را باید در طول زمان اصلاح کنید و شما یا طرف مقابل با آن کنار بیایید. دنیا خیلی بزرگ است و زندگی خیلی زود می‌گذرد. ببینیم درباره چه چیزی داریم بحث می‌کنیم و چقدر ارزش دارد. سعی کنید شخصیت بزرگ داشته باشید. در دوران عقد به خواسته‌های هم بویژه در محدوده سلايق توجه حداکثری کنید و چه بسا بعد از آن. می‌خواهد با اقوامشان با فلان قاعده رفتار کنید، فلان تفریح را ترجیح می‌دهد و... به حرفش گوش کنید. احساس نکنید اگر جایی شما بر خلاف سلايقتان عمل

---

۴. توصیه می‌شود دامادهای محترم کتبی را که شناخت زن از مرد و مرد از زن را بیشتر می‌کند، مطالعه کنند و البته همسرانشان. ممکن است چند نکته‌ای در آنها با مبانی فرهنگی و دینی ما ایرانی‌ها همخوانی نداشته باشد که خودتان تشخیص می‌دهید، اما مجموعاً مفید است.

کردید از شما چیزی کم می‌شود یا اقتدار مرد در زندگی کاهش می‌یابد. اقتدار مرد زمانی بدرد می‌خورد که طرفین از زندگی راضی باشند و با اعتماد و باور متقابل زندگی کنند. زندگی تلخ باشد و آشفته (آشکار یا پنهان) اقتدار هیچ خدمتی به زندگی نخواهد کرد. خانم‌های مذهبی هم معمولاً، محدوده حقوق زوج در زندگی را می‌دانند و انشالله رعایت می‌کنند. خلاصه اینکه در دوران عقد و البته در سایر دوران‌ها مثل آدم‌های از دماغ فیل افتاده با همسران برخورد نکنید. اگر بیش از حد بر سلاقتان پافشاری کنید، طرف مقابل شما هم چنین خواهد کرد و زندگی و تعامل تبدیل می‌شود به رقابت برای اثبات خود. یعنی در هر برخورد و تصمیمی اصالت طرفین با این است که حرف خود را به کرسی بنشانند و این یعنی سرایشی سقوط یک زندگی.

۶. در این دوره قرار است ذهنیت‌ها نسبت به هم شکل بگیرد. این اتفاق در طول زمان رخ می‌دهد و تقدم و تاخر موضوعات و موارد مهم است. یعنی مهم است که اولین خاطرات و اولین برخوردها چه باشد. سعی کنید اول از خودتان ذهنیت مثبت ایجاد کنید، تا ضعف‌هایتان ذیل قوت‌هایتان در نظر گرفته شود و نه بالعکس. از این جهت است که دو تذکر بالا مهم می‌شود. به نکات او درباره رفتار شما و احیاناً انتقادهایش و ایضا درخواست‌هایش در دوره عقد توجه ویژه بکنید. البته قطعاً در زندگی همه خواسته‌های طرف مقابل قابل برآورده کردن نیست. منتها مهم است که چگونه به آنها پاسخ می‌دهید.

۷. ازدواج می‌تواند مقدمه تحول در زندگی شما باشد. به برکت نصیحت هم، احترام به خواسته‌های هم و حتی رودربایستی از یکدیگر و... می‌توانید برخی عادات غلط را ترک کنید و به برخی حسنات آراسته شود. در این راه خواست و اراده طرفین مهم است و باید برنامه مشترک بریزید. البته همه‌اش به برنامه مرتبط نیست. برخی‌اش در جریان طبیعی زندگی رخ می‌دهد. ضمن اینکه انتظارات غیرواقعی نداشته باشید. شخصیتی که با آن ده‌ها سال زندگی کردید یک دفعه عوض نمی‌شود، مگر در موارد استثنا؛ اما به هر حال حرکت در چنین جهتی لازم و امکان‌پذیر است.

۸. رابطه جنسی بویژه رابطه کامل در دوران عقد وحی نیست. گرچه حق طرفین و بویژه مورد درخواست مرد است. در برقراری آن نباید عجله کرد و تحت تاثیر جو سازی رفقا قرار نگرفت. تابع همان قواعد بالا است. یعنی اولاً باید کمک‌کننده تحکیم باور و روابط طرفین باشد و ثانیاً همسران نباید احساس کند که ما زن‌ها را فقط به خاطر رابطه جنسی می‌خواهیم و شان آنها پیش ما شان جسمی است. خانم‌ها به دلایلی از جمله حضور در خانه پدر، نگرانی از بارداری، اعتقادات گذشته، نداشتن تصویر درست از رابطه و... ممکن است در مقابل برقراری رابطه جنسی کامل

مقاومت داشته باشند. لذا برقراری رابطه جنسی نیاز به یک آمادگی روحی در خانم‌ها دارد و صرفاً اقناع عقلی کافی نیست. البته مرد باید پا پیش بگذارد؛ منتها اگر با پا پس گذاشتن خانم مواجه شد؛ باید با آن کنار بیاید. خانم‌ها تا حد زیادی نباید از اینکه پا پس می‌کشند تحت فشار روحی آقایان باشند. صبر، باور به یک کار تدریجی، ابراز محبت‌های فیزیکی، اعتقاد به آمادگی و اشتیاق همسر و... اصولی است که به برقراری یک رابطه جنسی مطلوب طرفین کمک می‌کند.<sup>۵</sup>

۹. البته باید پذیرفت و دانست که رابطه جنسی در هر سطحی، اگر درست برقرار و مدیریت شود، کمک خیلی مهمی به ایجاد وابستگی و پیوند عاطفی بین طرفین است (تکمیلی جمله آخر بند چهار). لذا باید ذیل این تعریف شود و نه بر خلاف آن.

۱۰. وابستگی‌های احساسی و عاطفی به یکدیگر در اول زندگی به احتمال خیلی زیاد، دلایل ناپایدار دارد، مگر آنکه قبلاً به دلایلی با هم ارتباط داشتید و از هم شناخت دارید. به هر حال پذیرفته نیست که دو نفر که اصلاً از هم شناختی ندارند یک دفعه به هم وابستگی عاطفی پیدا کنند. چنین وابستگی‌ای بیشتر از اینکه ناشی از اعتقاد و باور ما به طرف مقابل باشد به «نیاز به وابسته شدن» ما بر می‌گردد. البته بخشی‌اش طبیعی است. به هر حال گرایش به ارتباط با جنس مخالف امری واقعی است. اما بخشی از آن ممکن است در اثر خلائهای شخصیتی باشد و یا عوامل دیگر. لذا اولاً اگر خیلی در ابتدای دوران عقد وابستگی عاطفی نداشتید احساس ضعف نکنید و اگر هم خیلی وابسته شدید (همه زندگی‌تان تحت شعاع قرار گرفت و به قول دوستان از دست رفتید) بدانید که ریشه‌اش در شماسست و نه در طرف مقابل (یعنی طرف مقابل هر کس دیگری هم بود شما چنین رفتاری می‌کردید).

- اولین نتیجه مهم این بحث این است که شما در هر یک از دو حالت که باشید باید سعی کنید ریشه‌های این وابستگی در خودتان به شکل پایدار ایجاد کنید و سعی کنید علاوه بر نیاز خود به وابستگی، این وابستگی را به ویژگی‌های طرف مقابل متکی کنید.
- دومین نتیجه مهم دیگر بحث این است که شما علت‌های نیاز به وابستگی‌تان را به روش معقولی به طرف مقابل منتقل کنید که او خودش را محمل پاسخ به این نیاز شما بکند. والا اگر شما به هر دلیلی نیازهای عاطفی و شخصیتی‌تان و... از سوی طرف مقابل پاسخ نگیرد،

---

۵. دوستان سه نکته را ذکر کردند که مفید است.

اولاً در این زمینه به طور طبیعی در کشور ما اطلاعات کم تولید شده است. منتها به قدر مکفی مطالب و کتب وجود دارد. مطالعه‌اش برای تازه‌دامادها مفید است؛ ثانیاً مطالب انحرافی هم در این زمینه زیاد است. دوستان با تکیه بر مبانی دینی قدرت تشخیص خودشان را بالا ببرند و مراقب باشند هر چیزی را نخوانند و ثالثاً به موقعی که شرایط فراهم بود و نیاز داشتید درباره رابطه جنسی مطلب بخوانید که خدای ناکرده مقدمه گناه نشود. تقوا پیشه کردن در دوره عقد به نوعی سخت‌تر از دوره مجردی است.

هم زندگی تان سرد می‌شود و هم برای پاسخ به این نیازها به سمت دیگران می‌روید همسر تان حاشیه زندگی شما می‌شود و نه متنش.

- نتیجه مهم سوم اینکه این بحث را از زاویه طرف مقابل هم ببینید. اگر خیلی به شما وابسته شده است، دلایلش را بیابید و برای آن‌ها پاسخ پیدا کنید و اگر هم نشده است باید رفتاری کنید که در طول زمان این وابستگی ایجاد شود.

۱۱. مراقب باشید در دوران عقد شیطان در جلدتان نرود و به اندک اختلاف نظر و دیدگاهی و یا بحث و گفتگویی و یا دیدن ضعفی و یا مقایسه زندگی تان با دیگران، از انتخاب خود پشیمان نشوید. پشیمانی از انتخاب و مقایسه با زندگی‌های دیگران تلقین‌های شیطانی است، چرا که هیچ فایده‌ای برای آینده زندگی شما ندارد. هر انسانی نقاط ضعف و قوتی دارد و هیچ انسانی کامل نیست. به جای حسرت از انتخاب، باید راه سازگاری را طی کرد. زندگی با گذشت و اخلاق در دایره وسیعی از اختلاف نظرها قابل اداره کردن است. پس به این تصور شیطانی میدان ندهید و نگذارید در ذهنتان ریشه پیدا کند. البته موارد معدودی ممکن است واقعاً کسی اشتباه کرده باشد که در مخاطبان این نوشته خیلی بعید است.

۱۲. پس از گذشت مدتی از عقد، شناخت‌هایتان از یکدیگر به حدی خواهد رسید که نیازهایتان عوض خواهد شد. دیگر زندگی به شکل عقد پاسخگوی آن نیست. طولانی شدن دوره عقد پس از این مقطع به ضرر روابط خواهد بود و ممکن است همه بناهای ساخته شده در دوره عقد را خراب کند. لذا درباره زمان عقد فیزیکی و مهندسی برخورد نکنید. نشانه‌های شما که مشخص شد عروسی کنید و بروید سر خانه زندگی تان، اگر شده با تحمل کمی سختی مالی و مادی. روانشناسان می‌گویند معقولش شش ماه تا یکسال است. البته ممکن است برای کسانی واقعا شرایط فراهم نباشد. آن وقت باید برای مدیریت هر چه دقیق‌تر این مقطع از زندگی تلاش کنند.

۱۳. زندگی هر کس یک تجربه برای خودش است. اما تجربه‌های دیگران بدرد حتما در مواردی به درد ما می‌خورد. لذا تجربه‌های دیگران را قدر بدانید و سعی کنید از آنها استفاده کنید.